FONDATION NICOLAS HULOT
POUR LA NATURE ET L'HOMME

www.fnh.org

LIVRET DÉCOUVERTE BIODIVERSITÉ & ASSIETTE

Des fraises au printemps



© VIRGINIE KLECKA

FONDATION RECONNUE D'UTILITÉ PUBLIQUE DÉDIÉE À L'ÉDUCATION À L'ENVIRONNEMENT

VISIT…

LANZAROTE
Caliente.com

La biodiversité à tous les menus

Chaque jour, ce que nous buvons et mangeons, nous le devons au monde de la biodiversité. Cette gageure quotidienne est vitale pour plus de 6,7 milliards de personnes.

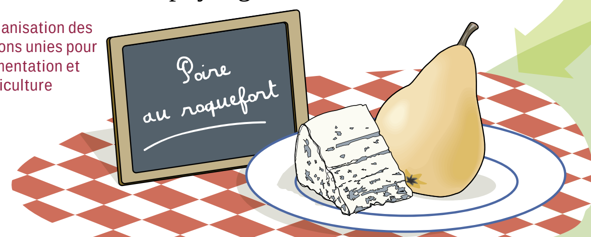
INCROYABLE MAIS VRAI !

- **Malgré les 6 000 races d'animaux d'élevage et 10 000 espèces de plantes cultivées, seules 3 races assurent 98 % de la production mondiale bovine de viande et de lait tandis que riz, blé, maïs et pomme de terre assurent 60 % des calories consommées.**
- **En Irlande, l'apport à la richesse nationale des vers de terre, qui recyclent les déchets végétaux et aèrent les sols, est estimé à 700 millions d'euros par an.**

Pour germer dans le sol et grandir, une graine a besoin d'**eau** mais aussi d'un **sol aéré et riche** en éléments essentiels (azote, phosphore,...). Ce résultat est le fruit du travail des animaux, **champignons et bactéries** qui y vivent. Pour qu'une plante produise des fruits, il faut souvent l'intervention de **pollinisateurs** à ailes ou pattes. Pour que des poissons naissent, grandissent et se reproduisent, un **milieu aquatique sain et vivant** est nécessaire. Les espèces qui participent à la vie des sols, des champs et des milieux aquatiques sont donc indispensables à notre propre subsistance.

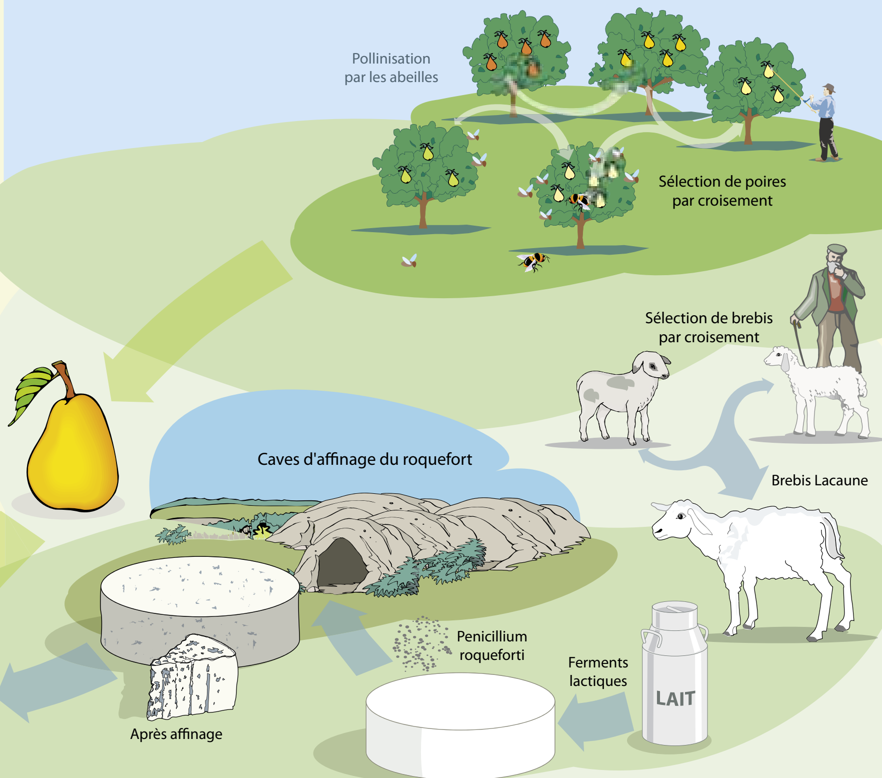
Ainsi, la survie ou l'évolution de plus de **80 % des espèces végétales** dans le monde dépendent directement de la pollinisation par les **insectes**, essentiellement des **abeilles**. Ceci est vrai pour les plantes sauvages comme pour les plantes domestiques. Les abeilles interviennent dans la pollinisation de très **nombreuses cultures** (céréales, fruits, légumes, plantes fourragères...). Difficile d'imaginer un seul repas auquel elles ne seraient pas associées ! Or les populations d'abeilles sont en **déclin**. D'où le cri d'alarme lancé par la FAO* en 1996 pour sauvegarder cette faune d'**auxiliaires qui contribuent à notre menu quotidien** comme à la beauté de nos paysages.

*Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture



«Sans variété, point de beauté.»

Circuit de la poire au roquefort



QUELS RAPPORTS ENTRE OGM ET BIODIVERSITÉ ?

Un OGM est un organisme, plante ou animal, dont le code génétique a été modifié pour lui donner de nouvelles propriétés. Quand un OGM végétal est introduit dans la nature, il devient impossible de contrôler les éventuels transferts de gènes à d'autres plantes. Ainsi la résistance à un herbicide total peut, en raison de croisements naturels, être transférée à des plantes sauvages qui deviendraient extrêmement invasives. Impossible aussi de contrôler l'impact de la production de nouvelles molécules par ces OGM sur les équilibres de la faune et la flore sauvages et domestiques. C'est le cas par exemple d'un coton OGM résistant à une chenille consommant ses feuilles ; sa mise en culture a ouvert la voie à une chenille qui a consommé ses fleurs ! Toute la production de coton a alors été anéantie. Outre le risque de destruction d'un équilibre naturel, l'OGM appauvrit et uniformise la biodiversité domestique.

LE SAVIEZ-VOUS ?

→ Chou-fleur, frisé, rave ou de Bruxelles, tous sont cousins et dérivent d'un même ancêtre : la moutarde sauvage ! C'est grâce au travail de sélection des producteurs que le potentiel de diversité génétique de la moutarde a été créatif.

→ L'ensemble des plantes et animaux que nous faisons grandir pour assurer notre subsistance sont issus d'espèces sauvages avec lesquelles les humains ont co-évolué.



Les terroirs dans l'assiette

Le contenu quotidien de nos paniers façonne le paysage de nos campagnes et la richesse des océans. La façon de les remplir et de composer notre assiette y contribue donc aussi.

Nos menus quotidiens déterminent les **cultures** et **paysages** qui nous entourent. Quand au XVI[e] siècle, époque où les navires partaient pour l'Afrique ou l'Amérique, on sut que le **citron** protégeait du **scorbut**, on recouvrit de citronniers la Campanie. Ses habitants les firent alors pousser sur de vertigineuses pentes.

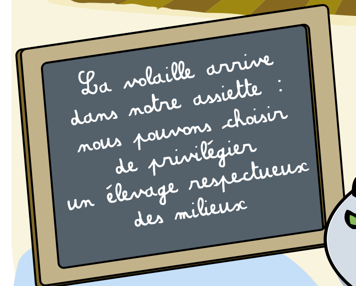
Grâce à leur savoir-faire, ceux qui travaillent la terre deviennent des **créateurs de paysages**. Ainsi à l'aide des **techniques d'irrigation** importées du Moyen-Orient et la culture du palmier dattier, les oasis maghrébines sont devenues des îlots de verdure dans un océan de sable. L'ombre des arbres dont on connaît jusqu'à 100 variétés différentes, abaisse la température ambiante permettant ainsi la production étagée d'arbres fruitiers et de cultures vivrières, médicinales, fourragères et ornementales.

Notre gestion de l'agriculture autant que le **façonnage des paysages** modifie fortement le **devenir de nos campagnes**. Parmi la centaine d'espèces d'oiseaux suivies en France, le déclin le plus fort concerne surtout celles vivant dans les espaces d'agriculture intensive, témoignant d'une **érosion alarmante de la biodiversité**.

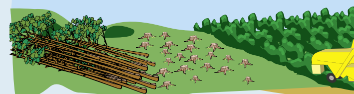
INCROYABLE MAIS VRAI !

La France est le 3[e] consommateur mondial de pesticides et le 1[er] au niveau européen. Non biodégradables, ils s'accumulent dans le milieu. Sols, rivières et nappes phréatiques en regorgent, contaminant aussi la flore et la faune sauvages.

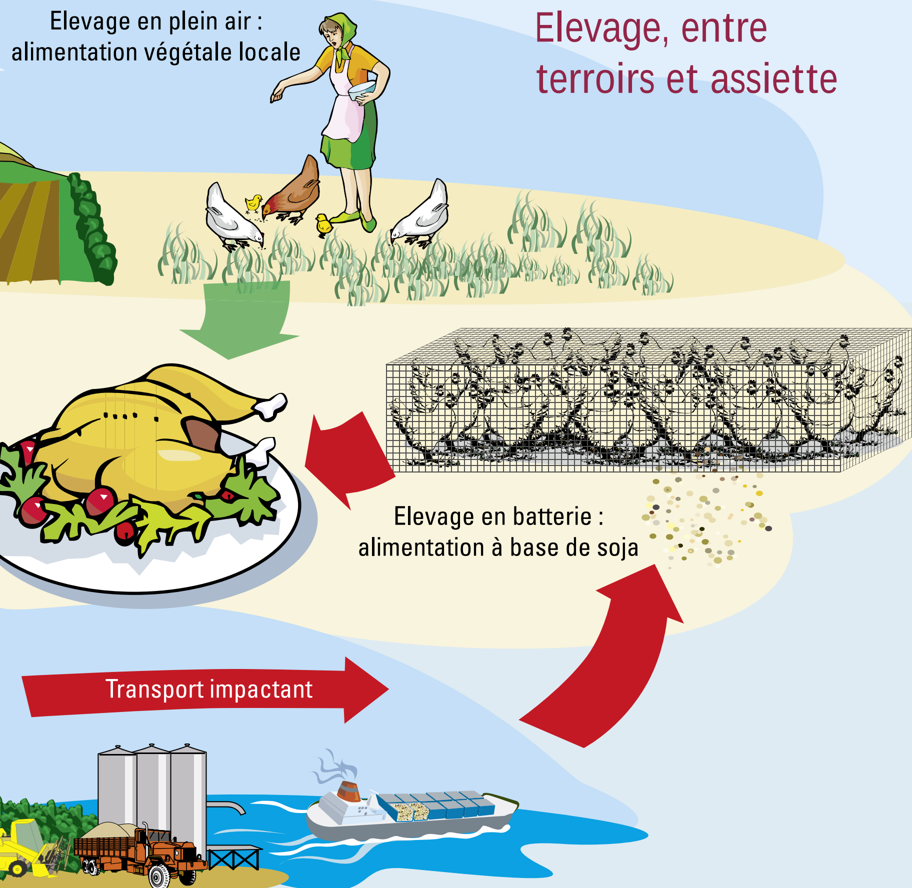

Cultures locales



Destruction de la forêt tropicale remplacée par des cultures de soja OGM



«Dis-moi ce que tu manges et je te dirai qui tu es et d'où tu viens.»



VOTRE CRÈME GLACÉE EST-ELLE BONNE POUR LES ORANGS-OUTANS ?

L'huile de palme entre dans la composition de près d'un produit alimentaire sur dix vendu en Europe (biscuit, chocolat, bonbon, crème glacée, sauce, margarine, etc.). 17 m² de palmiers à huile sont nécessaires pour satisfaire les besoins annuels d'un Français. Mais sa culture est la cause de 90% de la déforestation en Malaisie. Ainsi à Bornéo, 1/3 de la forêt a été détruite en 20 ans entraînant le déclin d'une flore et d'une faune uniques dont les orangs-outans. Parmi les espèces les plus menacées au monde, ces «hommes de la forêt» ne peuvent survivre sans elle. A des milliers de kilomètres, nos achats déterminent le devenir de ces grands singes. De plus, la culture de ces palmiers s'accompagne de l'épandage sans contrôle de 25 sortes de pesticides qui participent ainsi à la destruction de précieux milieux.

LE SAVIEZ-VOUS ?



L'agriculture biologique, comme tout label, a un cahier des charges strict. Elle fait appel à des variétés de végétaux et des races animales traditionnelles et rustiques, bien adaptées aux conditions locales. Ceci signifie moins de médicaments, d'engrais et de traitements phytosanitaires. Les patrimoines domestique et naturel sont ainsi mieux préservés. C'est la protection de l'environnement qui motive certains producteurs à adopter l'agriculture biologique.



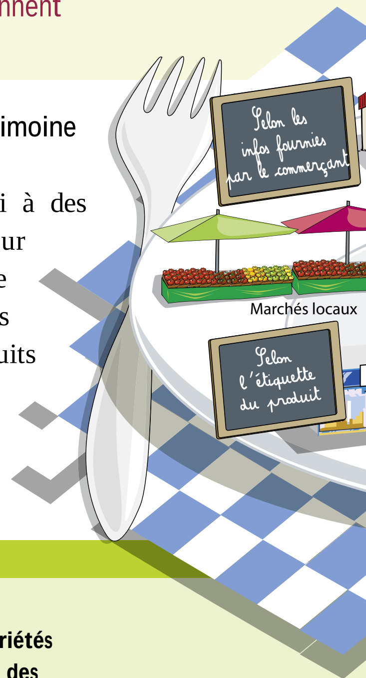
Les savoirs mêlés dans notre assiette

Tout être humain qui se nourrit interagit avec le milieu naturel mais aussi avec les acteurs qui interviennent aux différentes étapes de la production des denrées alimentaires.

Nos **mets** sont tous le **fruit du travail** d'hommes et de femmes, éleveurs, cultivateurs, pêcheurs. Leurs choix de production au regard de leur terroir vont déterminer des modes de production et la **variété** du contenu de nos assiettes.

La diversité des agricultures a souvent pour origine **l'ingéniosité de sociétés** confrontées à un défi particulier : isolement dans une vallée ou sur une île, persécution qui pousse à se cacher dans une zone refuge, adaptation à un climat ou un milieu physique particulier. Les populations ont créé des aménagements avec une diversité souvent exceptionnelle des espèces et variétés cultivées, une grande cohésion sociale et une extraordinaire capacité d'adaptation. La FAO recense **150** formes d'exploitation à préserver sous l'appellation « **Systèmes ingénieux du patrimoine agricole mondial** ».

La production est liée à un **terroir** mais aussi à des **savoir-faire**. Ceux-ci sont parfois mis en valeur par des **labels** comme Agriculture Biologique ou des Appellations d'origine, des indications géographiques protégées, etc. Choisir les produits portant ces indications tout comme choisir ses fournisseurs (AMAP, marchés, etc.), c'est valoriser cette **diversité** de production, de territoires et les hommes qui les mettent en œuvre.



INCROYABLE MAIS VRAI !

Colette, Lady Godiva, Hubbard bleue, Patidou, Cœur de bœuf, Verona, Romanella sont quelques-unes des variétés anciennes de poires, courges et tomates préservées par des pépiniéristes amateurs de poésie, de patrimoine et de gastronomie.

«Il ne suffit pas qu'un aliment soit bon à manger, encore faut-il qu'il soit bon à penser.»

Les terroirs au quotidien

Où et comment trouver des produits locaux de qualité ?



LA BIODIVERSITÉ C'EST NOTRE ASSURANCE VIE

En 1845, une épidémie de mildiou a décimé les plants de pomme de terre qui constituaient la base des repas en Irlande. L'épidémie fut d'autant plus importante que seules deux variétés de pomme de terre étaient cultivées et toutes deux sensibles à ce champignon dévastateur. Cette absence de diversité génétique et donc la fragilité des productions alimentaires est pour une bonne part responsable de la famine qui a poussé des milliers d'Irlandais à fuir vers les Etats-Unis.
En 1970, c'est une variété de riz jugée médiocre qui permit d'obtenir une nouvelle variété résistante à l'épidémie virale qui était en train de dévaster les rizières, à haut rendement mais bien fragiles, de l'Inde et de l'Indonésie, et de sauver ainsi le continent de la famine.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Pratique millénaire, la transhumance des ovins vers de plus vertes prairies obéit à un cycle naturel animal et végétal. Aujourd'hui en Europe, plus de 4 millions d'hectares de terres agricoles (superficie de la Suisse) dépendent de la transhumance qui contribue ainsi à modeler les paysages en conservant les milieux ouverts, aidant à prévenir incendies et avalanches, et à préserver le milieu de vie d'espèces endémiques.



La biodiversité marine à notre table

Les espèces vivantes marines sont menacées par la surpêche, la destruction de leur habitat, la pollution, le changement climatique et l'augmentation de la consommation.

Les **ressources halieutiques diminuent** en raison de facteurs qui se combinent et s'amplifient. Les prises de pêche en haute mer sont passées de 19 à 90 millions de tonnes entre 1950 et 2000. Tandis que la population mondiale doublait, le **tonnage des prises a quintuplé**.

C'est surtout l'augmentation de la consommation individuelle des pays riches qui engendre la **surpêche**. Ainsi la consommation moyenne de poisson d'un Français est passée de 12 à 34 kg par an entre 1950 et 2006 pour une moyenne mondiale de 14 kg.

Du fait des **techniques de pêche impactantes**, la FAO estime à 40 millions le tonnage de poissons morts rejetés chaque année en mer. Dotés d'outils sophistiqués, **1% des bateaux** de pêche industrielle assure **50% des prises** mondiales.

L'effondrement des stocks de poissons est aussi lié aux **menaces** qui pèsent sur leurs **lieux de reproduction**. Près de 50% des **mangroves** et 20% des **récifs coralliens** mondiaux ont disparu, entravant ainsi le renouvellement des espèces. Les poissons sont enfin victimes de la **pollution**, d'origine continentale à 80%. Les polluants sont absorbés par le phytoplancton, base de la **chaîne alimentaire** marine. Consommés par la faune marine qui les assimile dans sa chair, ils finissent dans notre assiette.

INCROYABLE MAIS VRAI !

- **Près de 75% des ressources halieutiques sont pleinement exploités ou surexploités.**
- **3% de la pêche mondiale sont issus d'une pêche responsable garantie par le label MSC (Marine Stewardship Council).**

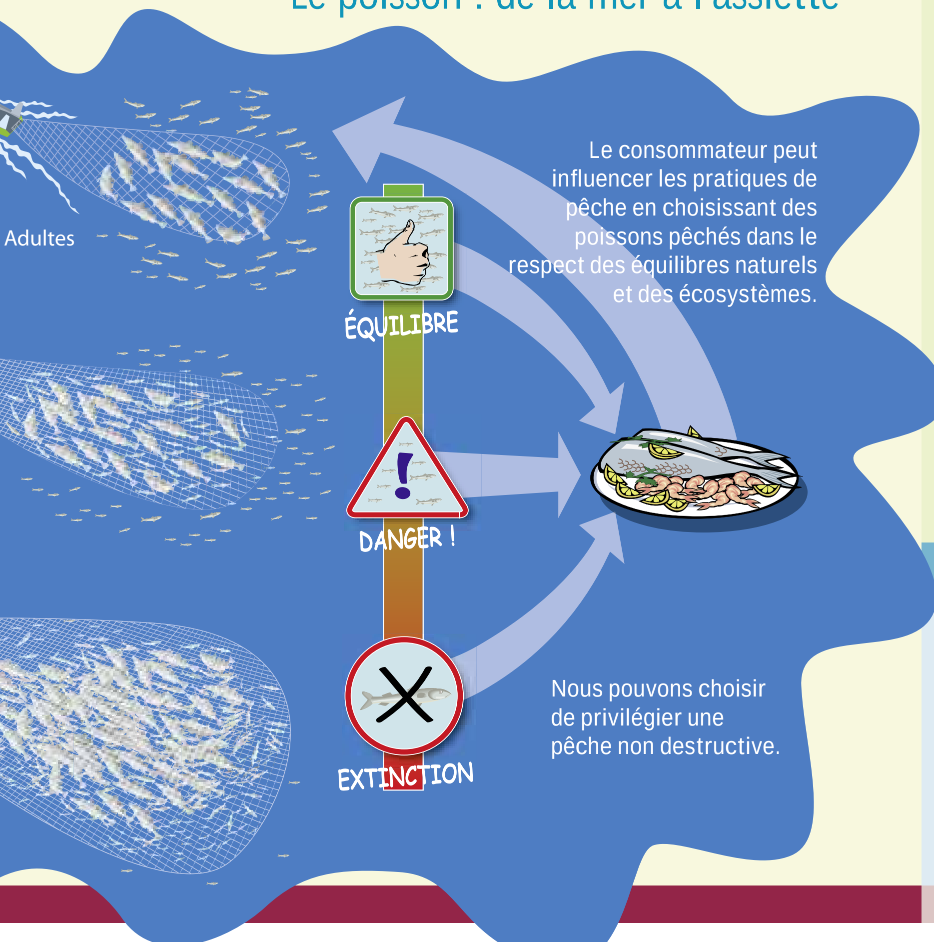
Une pêche trop intense met en péril l'avenir des populations de poissons.

En capturant, pour une même espèce des poissons de plus en plus petits et donc de plus en plus jeunes, on remet en question les capacités de renouvellement de cette espèce.

Juvéniles + adultes

« A force d'être mangée par l'homme, la mer se meurt. »

Le poisson : de la mer à l'assiette



L'AQUACULTURE EST-ELLE UNE SOLUTION ?

Alors que l'on atteint les limites d'exploitation de certaines espèces de poissons et que la population mondiale explose, le développement de l'aquaculture pourrait-il être une issue et réduire la pression sur les stocks sauvages ? En 30 ans, la production aquacole a été multipliée par 7 et représente aujourd'hui près de 43 % de la consommation mondiale, 20 % en France.

L'aquaculture intensive peut avoir des effets négatifs sur l'environnement et notre santé si elle n'est pas surveillée et pratiquée dans le respect du milieu et des espèces. Les élevages provoquent des pollutions de l'eau (déchets des poissons, prolifération d'algues, restes de produits chimiques) qui concourent à la destruction des zones côtières. L'aquaculture met également en péril les ressources marines : il faut 5 kg d'anchois ou de sardines sauvages pour 1 kg de bar élevé.

LE SAVIEZ-VOUS ?

- **2e zone maritime du monde avec 11 millions de km², la France est présente dans 3 océans, 8 écosystèmes marins et 25 « points chauds » (zones très riches en biodiversité) : Méditerranée, Caraïbes, océan Indien, Nouvelle-Calédonie et Polynésie.**
- **Pour 43 % de la population mondiale, la pêche est la principale, voire l'unique source de nourriture et d'emploi.**
- **Sur 150 espèces de poissons consommées en France, seule une dizaine est privilégiée à la vente.**



Quand la table et le ciel se rejoignent

Les choix de production, de transformation, de transport et de distribution des denrées alimentaires sont parmi les points clés d'action pour réduire notre impact sur le climat.



Produire, transformer, conserver et transporter nos denrées jusqu'à l'assiette génère des émissions de gaz à effet de serre (GES) : dioxyde de carbone (CO_2) lié à la **consommation d'énergie**, méthane (CH_4) lié à l'**élevage**, protoxyde d'azote (N_2O) lié aux **engrais**, etc. sont responsables du **réchauffement climatique** récent.

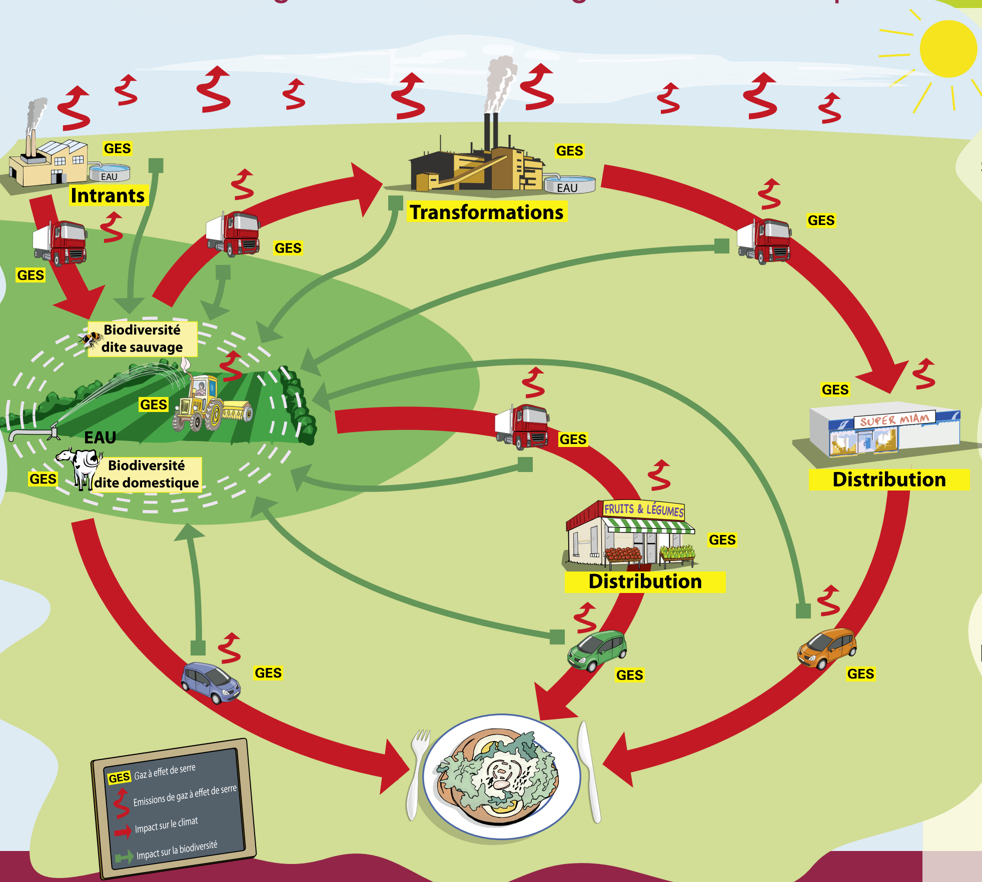
Au niveau mondial, le **secteur agro-alimentaire**, de la fourche à la fourchette, contribue à hauteur de **30 %** aux émissions de GES. Ce sont les activités les plus émettrices après celles de l'industrie de l'énergie. Les **espèces vivantes** sont sensibles aux **conditions climatiques**. Le réchauffement global (+ 0,76°C en un siècle et + 0,9°C en France) a déjà des répercussions sur leur **physiologie** et les **adaptations** qui en résultent : floraison plus précoce, décalage des pratiques culturales, extension de certains pathogènes ou ravageurs des cultures. Ainsi la chenille processionnaire du pin se déplace vers le nord de la France tandis que la maladie de langue bleue du mouton, apparue en Corse, est aujourd'hui au Benelux. La fréquence plus élevée des évènements climatiques extrêmes augmente le stress des arbres les rendant plus sensibles aux attaques de ravageurs et parasites.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Pour réduire efficacement ses émissions de gaz à effet de serre dans son alimentation, une règle d'or : manger local, de saison, de qualité et modérer sa consommation de viande.

« Les saisons sont ce qu'une symphonie devrait être : quatre mouvements parfaits en harmonie intime les uns avec les autres. »

Liens entre agriculture et changement climatique



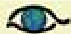
L'EXCEPTION MARCO POLO POUR LES PRODUITS EXOTIQUES

Réduire ses émissions de GES en « mangeant local » pour limiter les transports signifie-t-il pour autant de renoncer au chocolat, thé, épices et autres produits exotiques ? Tout en restant responsable, on peut s'accorder ce que Bill McKibben appelle « l'exception Marco Polo ». Il s'agit d'être attentif aux modes de production et aux moyens mis en œuvre pour les faire arriver jusqu'à nous : juste rémunération des producteurs, méthodes de production et conservation naturelles, moindre transformation, transport par bateau, etc. On trouve par exemple du café et du chocolat à la fois bio et issus du commerce équitable. Il existe plus de 2 000 produits labellisés du commerce équitable alliant variété des aliments, santé de la planète et solidarité avec les producteurs des pays du Sud.

INCROYABLE MAIS VRAI !

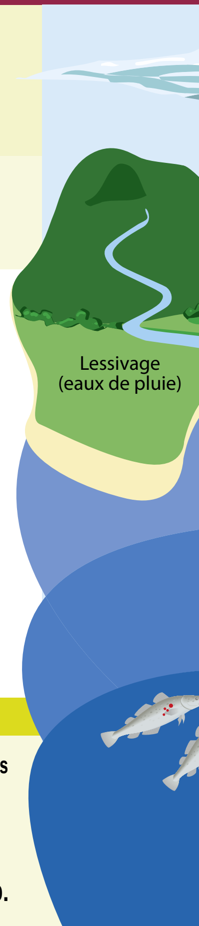
→ Un pot de yaourt à la fraise peut parcourir plus de 9 000 km, si on prend en compte le trajet parcouru par chacune des matières premières (fraises, lait, levure, sucre, pot, couvercle, étiquette…) et celui jusqu'au domicile du consommateur.

→ Entre 20 000 et 50 000 km, c'est la distance parcourue par un panier de 20 fruits et légumes pour arriver dans les rayons de 5 grandes enseignes suisses.



Quand la nature va, tout va...

Nos choix de consommation se répercutent tant sur l'état de la planète que sur notre propre santé. La première touchée est l'eau à la base de la vie.



Les 10 millions d'habitants de l'agglomération de New York buvaient, jusqu'à la moitié du XX^e siècle, une **eau rendue potable** grâce aux **processus écologiques** du bassin versant Catskill-Delaware : 5000 km² de vallées cultivées et de montagnes couvertes de forêts, parcourues par un réseau de rivières reliées à 19 réservoirs. Mais l'implantation de nouvelles routes, de résidences, le suremploi de pesticides et engrais ont dépassé les **capacités d'épuration de l'écosystème**. Se doter d'une usine de traitement des eaux demandait 6 à 8 milliards de $.

La collectivité de New York a choisi de privilégier l'écosystème par un programme de **restauration** et de **protection du bassin versant** capable de garantir durablement la **qualité de l'eau**, le tout pour environ 1,5 milliard de $.

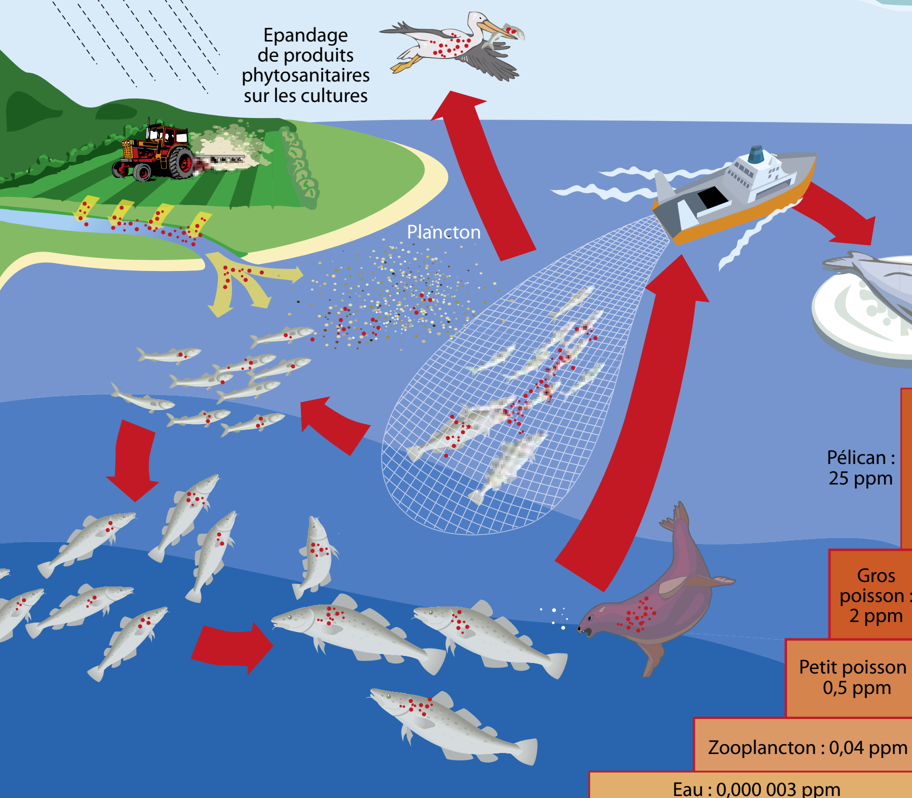
Ce projet a consisté à protéger l'eau à la source, à rendre à l'écosystème son pouvoir épurateur et à traiter les sources de pollution. La collectivité a acheté des terrains pour constituer des tampons entre zones agricoles et rivières. Deux ans de négociations et plus de 150 réunions publiques ont débouché sur un accord signé en 1997 par tous les acteurs. Un **écosystème en «bonne santé»** a permis de retrouver une **eau potable** pour un **coût quatre à cinq fois moins élevé**.

INCROYABLE MAIS VRAI !

- **Une étude européenne montre que la vie à la ferme protège mieux des allergies et de l'asthme que la vie urbaine. L'exposition des tout-petits aux différents allergènes naturels détermine leur sensibilité future et leur immunisation.**
- **On a retrouvé des pesticides dans l'urine de 7 petits Franciliens sur 10.**



«Le meilleur médecin est la nature : elle guérit les trois quarts des maladies et ne dit jamais de mal de ses confrères.»



FAIRE ALLIANCE AVEC LA NATURE

Sur les coteaux de la vallée de la Loire, les vignes de Saumur-Champigny retrouvent haies, zones enherbées, bosquets et amandiers. Cet aménagement du territoire doit permettre aux viticulteurs de retrouver des alliés dans la lutte contre les insectes ravageurs pour réduire in fine les traitements. Le suivi scientifique des populations de ravageurs selon le paysage est assuré par l'ENITA de Bordeaux et l'ESA d'Angers. Résultat notable et encourageant, l'eudemis, un papillon qui abîme les grains et qui est considéré comme l'ennemi n°1 des vignes, préfère les paysages homogènes sans interruption par des arbres ou autres reliefs végétaux. L'aménagement des vignobles avec des haies et autres reliefs végétaux a donc un effet très positif sur la vigne, la diminution des traitements sanitaires et au final la santé du terroir comme du consommateur.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Si la production de denrées dans le respect de l'environnement assure une nourriture variée et de qualité, la constitution de repas sains et équilibrés encourage en retour une agriculture et une pêche responsables et respectueuses de l'environnement. Pour aider à la constitution d'un repas équilibré selon les recommandations actuelles, se référer au Plan national nutrition-santé : www.mangerbouger.fr



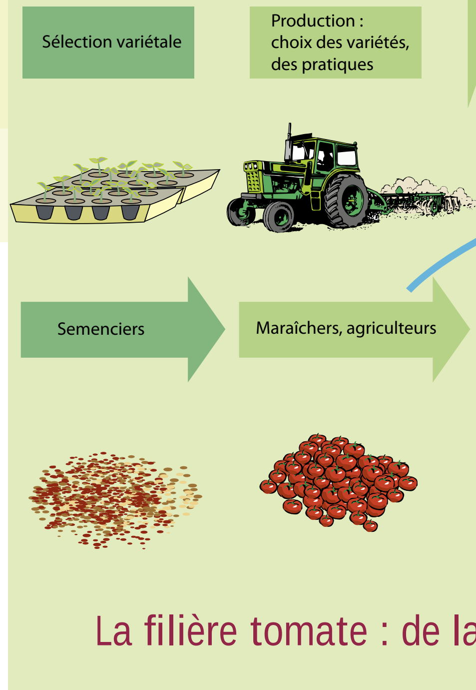
Pour une agriculture de qualité

Le développement d'une agriculture durable et solidaire répondant à la crise climatique et à celle du vivant, passe par la promotion de produits locaux et de qualité.

Un des 10 objectifs du Pacte écologique est un changement de cap pour l'agriculture afin de produire autrement et concilier la **production agricole avec le respect de l'environnement, le travail paysan, la qualité des produits et la santé.**

De là découle la proposition d'**ouvrir le vaste marché de la restauration collective à l'agriculture de qualité** en réorientant progressivement les subventions agricoles vers une **restauration à base de produits certifiés et de proximité**. L'idée est de permettre aux collectivités de financer une restauration collective de qualité afin de **relancer la demande**, aux agriculteurs d'être rémunérés pour leur travail et de créer les emplois nécessaires. Le marché serait contractualisé sur la base d'un **cahier des charges** selon des **critères de qualité et de proximité des productions**, rédigé en **concertation** entre tous les acteurs (collectivités, agriculteurs, parents, convives...).

Une réforme de la politique agricole commune (PAC) serait à négocier en ce sens. La Fondation Nicolas Hulot soumet une analyse et des propositions en vue d'une **PAC légitime et cohérente**, répondant aux enjeux alimentaires, environnementaux et sociaux de l'agriculture et aux attentes de la société.

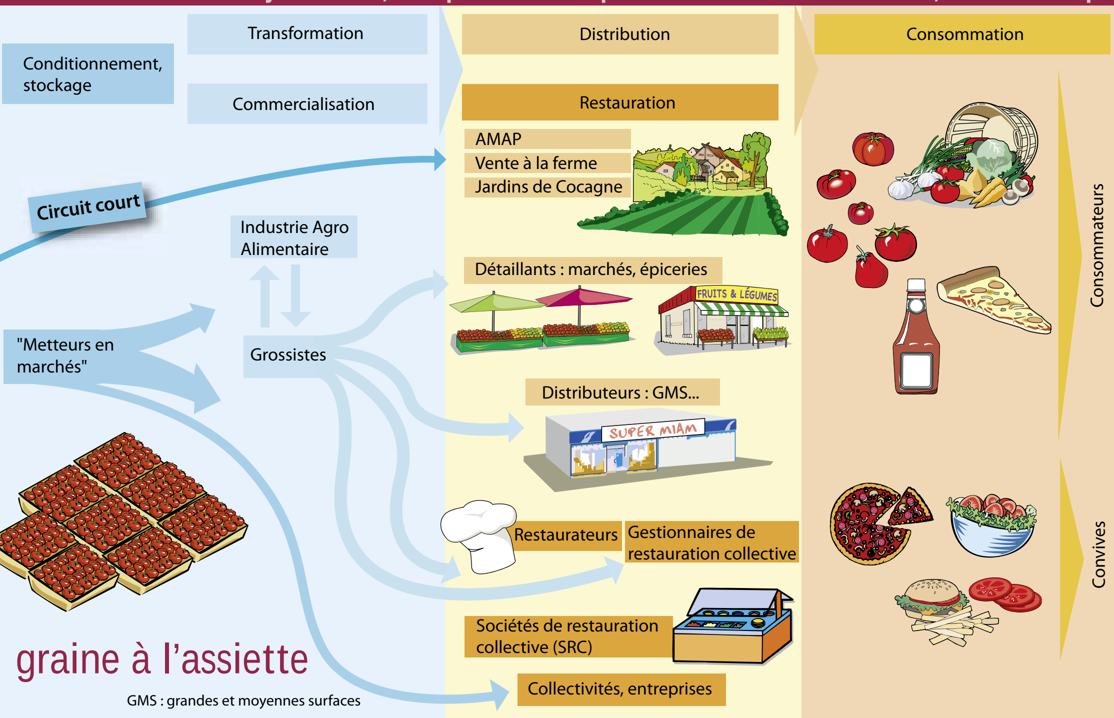


EN SAVOIR PLUS

→ **Fiches bilan de santé de la PAC et Agrocarburants et Paquet climat-énergie sur : www.pacte-ecologique.org**

PIERRE RABHI A DIT…

«La Terre est un jardin clos, une planète oasis perdue dans un désert sidéral, dont il faut prendre soin.»



DE LA FOURCHE À LA FOURCHETTE







La France est attachée à la qualité de ses paysages, de ses terroirs et de son agriculture. Une nouvelle vague d'agriculteurs et de pêcheurs aspire à un plus grand respect des écosystèmes. Au-delà des producteurs, la question agricole concerne l'ensemble de la société. Ainsi, les collectivités territoriales, comme les entreprises, peuvent introduire des critères de qualité et de traçabilité pour approvisionner leurs cantines : agriculture biologique, appellation d'origine, label rouge tout en privilégiant la saisonnalité des produits et un approvisionnement local. Ceci encourage les producteurs locaux à développer des pratiques respectueuses de l'environnement et permet au consommateur de redécouvrir la saisonnalité et la diversité des fruits et légumes de terroir tout en bénéficiant d'une alimentation plus variée et de meilleure qualité. Ce qui est vrai à titre collectif, l'est aussi à titre individuel.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Premier poste budgétaire de l'Union européenne (54 milliards d'euros soit près de 45 % des 126,5 milliards d'euros du budget européen), la politique agricole commune (PAC) est aujourd'hui à un tournant. Mise en place en 1957 pour assurer l'autosuffisance alimentaire de l'Europe, elle doit désormais faire face à de nouveaux défis alimentaires, environnementaux et sociaux. Pour la France, bénéficiaire d'1/5 des aides de la PAC, l'enjeu est de taille.



Ensemble, relevons le Défi pour la Terre



L'alimentation est à l'interface de deux crises : la crise climatique et celle de la biodiversité.
Il est urgent de traduire cette prise de conscience en actes individuels et collectifs.

LE SAVIEZ-VOUS ?

- **En occupant 40 % de la superficie terrestre, l'agriculture a une responsabilité particulière dans l'érosion de la biodiversité comme dans sa protection.**
- **Le thon rouge de Méditerranée est victime de la popularité croissante du sushi.**
- **L'homme assure 90 % de son alimentation avec seulement 29 espèces domestiques.**
- **Depuis 1900, environ 75 % de la diversité génétique des plantes cultivées ont été perdus.**

La terre et la mer sont des patrimoines nourriciers mobilisant de nombreux acteurs. Avant d'arriver dans nos assiettes, les aliments ont été produits, transformés, conservés, emballés et transportés pour être au final distribués puis cuisinés. Du producteur au consommateur, il revient à chacun d'entre nous de relever le Défi alimentaire. Il s'agit d'orienter ses choix et ses actes pour qu'ils participent à la sécurité alimentaire des hommes tout en conservant les équilibres du milieu naturel.

Si la biodiversité fait l'assiette, l'assiette fait aussi la biodiversité. Favoriser une pêche responsable et une agriculture saine, locale, diversifiée et équitable va aussi dépendre du choix de nos courses et de la façon de nous nourrir.

Consommer des produits locaux, de saison et de qualité, choisir des fournisseurs à proximité, faire des achats réfléchis, économiser les ressources, réduire ses déchets, limiter ses émissions de gaz à effet de serre sont autant d'actions visant à lutter contre la crise climatique comme celle du vivant.

Nous avons une responsabilité et un devoir individuels de préserver notre planète. Nous pouvons le faire en tant que citoyens, consommateurs, contribuables ou électeurs pour tendre ensemble vers un développement durable et solidaire.

EN SAVOIR PLUS

***Le Guide de l'Ecofood,* Alexis Botaya, Editions Minerva, mars 2008 : www.guide-ecofood.fr**



TRISTAN LECOMTE A DIT…

«Remplir son panier ou son caddie, c'est exercer un droit de vote.»

INCROYABLE…

- **Il faut 20 fois plus d'énergie pour cultiver des fraises l'hiver que celles de saison.**
- **En 2001, une étude de l'autorité sanitaire américaine a analysé 100 000 échantillons de 46 fruits et légumes. La fraise cultivée en Espagne était placée parmi les 12 produits les plus contaminés par les résidus chimiques.**


© HÉLÈNE LERICHE / FNE


© VIRGINIE KLECKA

…MAIS VRAI !

- **Après avoir été pêchées à Ostende, des crevettes fraîches sont expédiées par avion au Maroc pour décorticage, avant de revenir le soir même, pour dégustation sur place.**
- **Il faut 232 kilos de maïs pour faire un plein de cinquante litres de bioéthanol. Or, avec cette même quantité de maïs, un enfant peut vivre pendant un an.**

MES ENGAGEMENTS POUR ME NOURRIR DANS LE RESPECT DE LA NATURE ET DES HOMMES

1	Je réalise que mes choix alimentaires sont déterminants pour la biodiversité.
2	Je respecte les saisons dans ma consommation de fruits et légumes.
3	Je privilégie les produits bio et les produits de qualité.
4	Je mange local et j'opte pour les circuits courts entre producteurs et consommateurs.
5	Je donne la priorité aux produits frais ou peu transformés et de préférence en vrac.
6	Je repère les labels et signes de qualité.
7	Je fais des choix équitables pour les denrées exotiques.
8	Je consomme du poisson avec discernement et je renonce aux espèces menacées.
9	Je modère ma consommation de viande.
10	J'ai recours aux céréales et aux légumineuses pour mon apport en protéines.
11	J'évite les produits contenant des OGM ou de l'huile de palme.
12	Je mange varié et découvre de nouvelles saveurs.

Chaque écocitoyen est une chance pour la planète, n'attendez plus pour agir !



« Des fraises au printemps » pour se nourrir dans le respect de la nature et des hommes

Sensibiliser à une alimentation durable et solidaire et inciter le grand public à adopter de bonnes pratiques au quotidien, tels sont les objectifs de l'opération « Des fraises au printemps ».

Depuis sa création en 1990, la Fondation Nicolas Hulot pour la Nature et l'Homme s'est donné pour mission de modifier les comportements individuels et collectifs pour préserver notre planète dans une perspective de développement durable et solidaire. Reconnue d'utilité publique et dédiée à l'éducation à l'environnement, la Fondation Nicolas Hulot est une ONG apolitique et non confessionnelle qui a pour objectif d'informer, de sensibiliser et de former jeunes et adultes au respect de la nature et aux gestes écocitoyens.

Les actions de la Fondation visent à :

- Inciter les citoyens à agir au quotidien, notamment avec le Défi pour la Terre.
- Mobiliser les décideurs politiques et économiques à travers son initiative du Pacte écologique.
- Initier et soutenir des projets en France et à l'international.

UN VOILIER AMBASSADEUR

La Fondation Nicolas Hulot dédie *Fleur de Lampaul* à la protection de la planète. Construit en 1948 et classé Monument Historique, *Fleur de Lampaul* navigue de port en port sur les côtes atlantiques et méditerranéennes pour sensibiliser et mobiliser le grand public en faveur de l'environnement. Retrouvez l'actualité et les outils « Des fraises au printemps » lors de ses escales !


© ANTOINE CADI / FNH

«Chaque individu doit passer ses réflexes consuméristes par le filtre de la conscience.»

Avec le mot d'ordre «Des fraises au printemps», la Fondation souhaite faire comprendre aux consommateurs les liens existant entre les denrées que nous consommons et la biodiversité sauvage et domestique, mais aussi le lien existant avec nos émissions de gaz à effet de serre et la nécessité de réfléchir à nos modes de consommation. Il s'agit en définitive de devenir consom'acteur et de réduire son impact sur la planète. Dans cet esprit, plusieurs outils pédagogiques sont disponibles :

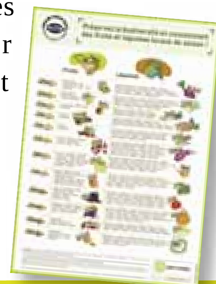


→ **«Repères pour faire ses courses»** permet à chacun de faire des choix sains et «responsables». Informations pratiques, saisonnalité des fruits et des légumes, labels repères (bio, label rouge, commerce équitable), liste des poissons et laitages… un mini-guide malin à emporter partout avec soi !

→ Une plate-forme de géolocalisation d'AMAP (associations pour le maintien d'une agriculture paysanne), Jardins de Cocagne, marchés bio… permettant de trouver près de chez soi des produits locaux et de saison.

→ Des **fiches bonnes pratiques** pour mieux comprendre les enjeux d'une consommation alimentaire durable et responsable et pour porter des projets telles la création d'une AMAP ou l'instauration d'une cantine bio.

→ Des **fiches recettes «éco-gourmandes»** conçues par des grands noms du monde culinaire —*Julie Andrieu, Jean Montagard, Marc Veyrat*— qui indiquent la saisonnalité des produits utilisés, leur origine et leur provenance ou encore leur intérêt pour la biodiversité.



→ Un **poster des fruits et légumes de saison** pour guider ses achats.

POUR S'INFORMER, COMPRENDRE ET AGIR :
www.defipourlaterre.org

→ **Découvrez les bons gestes à adopter dans votre alimentation et au quotidien.**
→ **Testez vos connaissances sur l'alimentation.**
→ **Visionnez les témoignages des ambassadeurs du Défi pour la Terre et de nos chefs cuisiniers.**
→ **Rejoignez la communauté des amis de la Fondation.**
→ **Suivez l'actualité «Des fraises au printemps» et du Défi pour la Terre.**
→ **Soutenez nos actions grâce à vos dons.**



FONDATION NICOLAS HULOT POUR LA NATURE ET L'HOMME

6, rue de l'Est 92100 Boulogne-Billancourt • www.fnh.org • Tél. : 01 41 22 10 70 • Fax : 01 41 22 10 99 • fnh@fnh.org


© YAGAN PRODUCTIONS

Mission Terre nourricière

« Après avoir donné la vie, qu'y a-t-il comme plus belle mission pour l'homme que de la prolonger en nourrissant ses congénères ? Assurer la sécurité alimentaire des hommes tout en conservant les équilibres du milieu naturel devrait rester un impératif intangible. Mais ce mandat s'est converti en une logique destructrice au point de menacer l'écosystème de la planète et la vie des hommes. Les océans, à l'origine de la vie, en sont privés et les sols de notre terre nourricière se consument. Sur 850 millions de personnes souffrant de la faim dans le monde, les trois quarts sont des paysans. Quel triste paradoxe !

Comme l'évoque si justement Pierre Rabhi : «Un nouveau paradigme mettant honnêtement, sincèrement l'humain et la nature au cœur de nos préoccupations est à construire pour répondre prioritairement aux nécessités vitales de tous.» Les choix que nous faisons pour composer notre assiette et l'éducation alimentaire de nos enfants sont déterminants pour notre santé tout comme celle de la Planète. Ouvrons le chemin en choisissant d'être des consom'acteurs avertis pour tendre vers une alimentation saine, locale, diversifiée, équitable et solidaire. Soyons citoyens de la Terre pour que nature et culture fassent à nouveau cause commune. **C'est une exigence d'éthique au service de la paix.**

Nicolas Hulot

avec le soutien des partenaires fondateurs









des partenaires thématiques biodiversité





et du



© FNH - SEPTEMBRE 2008 MISE EN PAGE : TYPHON - PAPIER 100 % RECYCLÉ - NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE.